

特集にあたって

山口大学大学院医学系研究科整形外科 田口敏彦

肩こりは、厚生労働省が行う国民生活基礎調査でも常に上位にランクされる愁訴であり、平成 25 年の調査においても、有訴率は、男性では腰痛に次いで第 2 位、女性では第 1 位と非常にありふれた症状である。しかしながら、その病態については不明瞭な点も多く、厳密な定義は難しい。一般には、後頭骨下縁から項部、上背部、肩関節部における①重ぐるしい感じ、②張っている感じ、③痛い感じ、④固くなった感じ、と述べられることが多く、明確に定義することは困難であるが、首、肩、背中の筋肉の緊張を伴う違和感や鈍痛といえる。

英語では shoulder stiffness と訳すことが多いが、なにかびったりした訳語ではなく、日本人特有な症状と思われがちである。しかし、その頻度を日本と米国とで比較するとあまり変わらないとの報告もある。英語では、shoulder という単語が用いられることは少ないが、neck stiffness, neck pain, neck tension, neck soreness, neck ache, stiff neck など意外と多くの表現がある。

肩関節は上腕骨と肩甲骨で構成されるが、上肢は肩甲骨を常に牽引し、その肩甲骨は鎖骨にぶら下がり周囲の筋肉により固定されているだけで、胸郭の上を動くようになっている。このような構造上の工夫により、人類は上肢の可動域を大きくし、手が自由に使えるようになったが、同時に本来は前肢であった上肢は、直立歩行で地面との接触を欠き、肩甲骨の安定性を失うことになった。肩甲骨は上肢を自由自在に使うために進化したにもかかわらず、現代では、朝から晩までほとんど肩を動かさずにパソコンに向かうような生活が一般的になってきた。この意味で肩こりは、人類の進化の過程での宿命的な病気でもあり、進化の目的と反して省力化社会が進んだための現代病ともいえる。この構築学的な弱点が肩こりの病態の基盤にあることは確かであるが、その原因は多岐にわたる。また、原因が定かでないこともあるし、頸部や肩の病気が誘因や原因になっていることもある。それだけに、肩こりには幅広い医学的知識が必要になってくる。

このようにたいへん大きな愁訴であり、ADL、QOL を著しく障害するにもかかわらず、病態解明が進まないのは、肩こりが重篤な結果に至らないことが多いためとも考えられる。後頸部痛は、肩こりとは本来異なるものではあるが、後頸部痛の中には、頸椎の構築学的異常、神経根症、転移性腫瘍など看過してはならない疾患もあり、肩こりに関連する後頸部痛については日常臨床において留意しなければならないポイントである。

本特集は、肩こりと後頸部痛の病態、診断、治療について解析し、現時点での肩こりの臨床的治験や治療手段の情報提供をすることを目的とした。

ここに本特集のためにご執筆いただいた諸先生に深く感謝申し上げるとともに、この特集が読者の皆様の臨床現場での有益な情報になれば幸いである。